



Примерное меню для учащихся 1-4 классов

		цена	выход	ккал
1 день	Каша пшениная с/м	31,35	204/10	323
	Хлеб	2,28	33	83
	Масло слив.	5,08	20	132
	Сыр плавленый	14,38	17	61
	Какао на цел.молоке	20,32	200	140
	Банан	35	200	207
		108,41		946
2 день	Суп гороховый с тушенкой гов.	42,76	250	182
	Хлеб	3,13	45	113
	Напиток ягодный	14,52	200	129
	Круассан	22	50	180
	Сок фруктовый	26	200	45
		108,41		649
3 день	Тефтели гов.с/с	68,2	115/50	239
	Гречка отв.	12,93	150	208
	Огурец св.	11,9	46	12
	Хлеб	3,5	50	125
	Компот из с/ф	11,88	200	129
		108,41		713
4 день	Пельмени отв. с/м	56,56	150/5	336
	Хлеб	3,31	47	118
	Чай с лимоном	5,7	200/9	57
	Яблоко	42,84	180	34
		108,41		545
5 день	Голень куриная с/с	56,68	100/50	244
	Макароны отв.	7,12	150	207
	Хлеб	1,4	20	50
	Чай с молоком	8,21	200	61
	Банан	35	200	207
		108,41		769
6 день	Котлета гов.с/с	48,5	75/50	166
	Картофельное пюре	21,13	150	154
	Хлеб	2,26	32	80
	Салат из св.овощей	24,64	90	24
	Компот из с/ф	11,88	200	129
		108,41		553

1 день		цена	выход	ккал
	Каша рисовая с/м	28,36	204/10	308
	Хлеб	3,5	50	125
	Сыр	16,19	27	58
	Какао на сгущеном молоке	17,52	200	140
	Яблоко	42,84	180	34
		108,41		665
2 день	Суп картоф.вермиш.с курицей	39,16	250/35	174
	Хлеб	1,94	28	70
	Чай с сахаром	2,31	200	57
	Булочка Валуйская х/з	35	100	215
	Мандарин	30	100	38
		108,41		554
3 день	Гуляш из говядины с/с	64,78	50/75	102
	Рис отв.	8,3	150	209
	Хлеб	2,96	42	105
/	Салат из св.овощей *-/.	24,64	90	24
	Кисель	7,73	200	125
		108,41		565
4 день	Сосиска отв. с/с	46,1	80/50	90
	Гречка отв.	12,93	150	208
	Хлеб	2,1	30	75
	Компот из с/ф	11,88	200	129
	Яблоко	35,4	150	30
		108,41		532
5 день	Плов с мясом гов.	52,36	35/150	352
	Хлеб	3,5	50	125
	Помидор св.	8,03	32	15
	Какао на сгущ.молоке	17,52	200	160
	Печенье(вафли)	27	50	190
		108,41		842
6 день	Капуста тушеная с мясом гов.	66,67	35/150	175
	Огурец св.	7,93	30	12
	Чай с сахаром	2,31	200	57
	Оладьи с повидлом	31,5	62/30	150
		108,41		394